



UNIVERSITAS SYIAH KUALA

UPT. PERPUSTAKAAN

Jalan T. Nyak Arief, Kampus UNSYIAH, Darussalam – Banda Aceh, Tlp. (0651) 8012380, Kode Pos 23111
Home Page : <http://library.unsyiah.ac.id> Email: helpdesk.lib@unsyiah.ac.id

ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

TITLE

HUBUNGAN DURASI DAN KUALITAS TIDUR DENGAN MIGREN PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SYIAH KUALA

ABSTRACT

Migren merupakan penyakit dengan sakit kepala berulang yang mempunyai karakteristik berupa nyeri kepala unilateral, bisa ringan sampai berat serta dapat mengganggu aktivitas fisik. Perubahan pola tidur seperti kurang tidur, bekerja berlebihan, serta sering tidur larut malam merupakan salah satu penyebab terjadinya migren. Migren dan perubahan pola tidur merupakan masalah yang sering dijumpai pada mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi dan kualitas tidur dengan migren pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Syiah Kuala. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2015 di Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah Uji Chi-Square. Distribusi data berdasarkan usia mayoritas berusia 21 tahun yang berjumlah 33 orang (39,3%). Distribusi data berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan berjumlah 59 orang (70,2%). Hasil penelitian didapatkan sampel yang mengalami migren berjumlah 24 orang (28,6%). Sampel yang mengalami migren dengan durasi tidur \leq 6 jam berjumlah 23 orang (37,1%) dan sampel yang tidak mengalami migren dengan durasi tidur $>$ 6 jam berjumlah 21 orang (95,5%). Sampel yang mengalami migren dengan kualitas tidur buruk berjumlah 22 orang (35,5%), dan sampel yang tidak mengalami migren dengan kualitas tidur yang baik berjumlah 20 orang (90,9%). Disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara durasi tidur dengan migren (nilai $p = 0,004$) dan antara kualitas tidur dengan migren (nilai $p = 0,019$) pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Syiah Kuala.

Kata Kunci: Durasi tidur, kualitas tidur, migren

â€f

ABSTRACT

Migraine is a disease with recurring headaches which have characteristics of headache such as unilateral, it can be mild to severe and also can disrupt the physical activity. The changes of sleep patterns such as lack of sleep, overwork, and often sleep late at night is one of the causes of migraine. Migraine and the changes of sleep patterns are a problem that is common for college students. . The purpose of this study is to determine the relationship between the duration and the quality of sleep with the migraine on the Medical Students of Syiah Kuala University. This study is an observational analytic study with cross sectional design. The researcher used Cluster sampling technique in taking the sample in this study. The study was conducted in December 2015 at the Medical faculty of Syiah Kuala University. The data were collected by using questionnaire. The analysis used in this study is the Chi-Square Test. The data distribution based on the majority age which is 21 years old who totaled 33 people (39.3%). The data distribution based on gender predominantly women, is amount 59 people (70,2%). The result showed that the samples who have migraine were 24 people (28.6%). The samples who have migraine with a sleep duration \leq 6 hours was 23 people (37.1%) and the samples were not have migraine with a sleep duration $>$ 6 hours amounted to 21 people (95.5%). The samples who have migraine with bad sleep quality was 22 people (35.5%), and the samples who were not have migraine with good sleep quality was 20 people (90.9%). There is a relationship between the sleep duration with migren (p value = 0,004) and the quality of sleep with migraine (0,019) on the Medical Students of Syiah Kuala University.

Keywords: Sleep duration, sleep quality, migraine